NursRxiv
DOI：10. 12209/issn2708-3845. 20221010005

电梅花针叩刺法治疗1例青少年近视的护理体会

宋延芳，王　潇，常明思
（北京中医药大学东方医院 儿科，北京，100078）

摘要：本文总结1例采用电梅花针治疗轻度近视患者的护理经验，基于中医辨证施护理论，针对性取穴，采取电梅花针叩刺治疗，同时配合饮食、情志等护理措施，能有效改善患儿视力。

关键词：梅花针；青少年；近视；中医护理；辨证施护

Nursing care of a case of juvenile myopia treated by electric plum-blossom needle

SONG Yanfang，WANG Xiao，CHANG Mingsi
（*Department of Pediatrics*，*Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine*，*Beijing*，100078）

ABSTRACT：This paper summarized and analyzed the clinical efficacy of electric plum-blossom needle tapping and needling in the treatment of 1 case of juvenile mild myopia. Under the guidance of Traditional Chinese Medicine syndrome differentiation and nursing theory，electric plum-blossom needle tapping and needling was adopted. Interventions such as nutrition support and psychological care were carried out during the treatment，in order to improve the recovery of the patient with juvenile myopia.

KEY WORDS：plum-blossom needle；youth；myopia；Taditional Chinese Medicine nursing；nursing by syndrome differentiation

近视眼是指眼睛和外界物体发出的平行光进入松弛的眼睛，聚焦在视网膜正面，造成图像模糊的一种屈光状态[1]，临床常表现为看近的景物则比较清楚，看远处景物模糊不清，多与遗传和环境因素相关。随着电子产品的普及和应用，加之眼卫生落实不到位，假性近视呈现出明显的低龄化趋势[2]。近年来，小学生假性近视的患病率为12. 5%，初中生为80. 1%，高中生为55%[3]。青少年假性近视居高不下，并日益增多，已成为家庭、医院和社会所关注的重点问题。治疗假性近视不但需要矫正屈光度，还要注意其并发症，如黄斑裂孔、黄斑区视网膜劈裂或脱离等[4]，由此可见，青少年近视的防治不容忽视。目前，近视的治疗主要为视力矫正和外科手术矫正，近年来针灸因“内病外治”的特殊治疗手法，且治疗效果明显，逐渐被应用于临床治疗青少年近视。电梅花针灸疗法是运用数个短针浅刺入人体特定部位、经络的一种针灸方法[5]。本文总结1例采用电梅花针治疗轻度近视患者的护理经验，现报告如下。

1　临床资料

患儿男，9岁，主因“双眼视物模糊数月并逐渐加重”至本院治疗。患者初诊时视力：右眼0. 4，左眼0. 5；散瞳验光：右眼：−2. 00DS/−0. 50DC×108°>1. 0；左眼：−2. 50DS/−0. 25DC×90°>1. 0；眼底未见明显异常。纳差，大便干，2～3日一行，小便清长，夜寐安宁，舌淡，苔薄白，脉细。家族史：父母均为高度近视。西医诊断：双眼近视。中医诊断：双眼能近怯远，辨证分型：肝肾亏虚。

患儿入院后接受电梅花针叩刺法，3次/周，15 min/次，治疗3个月。患儿治疗后视力：右眼0. 6，左眼0. 6；散瞳验光：右眼：−1. 50DS/−0. 25DC*108°>1. 0；左眼：−2. 00DS/−0. 25DC×90°

通信作者：王潇，E-mail：wangxiao_dfyy@126. com

>1.0;眼底未见明显异常。患儿近视度数未出现进一步增长,裸眼视力右眼提高0.2,左眼提高0.1,散瞳验光:右眼提高:-0.50DS/-0.25DC×108°>1.0;左眼提高:-0.50DS/-0.25DC×90°>1.0,视力有所提高,大便有所改善,日一行,治疗期间未发生外伤。

2　护理

2.1　护理评估

根据国际标准视力表分级,1.0~2.0为视力正常,0.3~0.8为轻度近视,0.12~0.25为中度近视,>0.25为高度近视。根据《儿童青少年近视防控适宜技术指南》[6]中散瞳验光程度分为:轻度近视,中度近视,高度近视。患儿根据病情分级,属于轻度近视,见表1。

2.2　护理诊断

该例患者存在焦虑和便秘症状,分析可能与视力下降影响学习以及排便习惯改变有关。此外,该例患儿视力下降,应警惕外伤风险。

2.3　护理计划

依据诊断设置护理计划:①治疗3个月后视力提高,大便改善。②治疗后患儿情绪稳定。③治疗后没有因视物不清而发生外伤。

2.4　护理措施

2.4.1电梅花针具体操作方法:①协助患儿取仰卧位。②将电源开关从“1”档位开始调节,以患儿能感受刺激并耐受为准。③拇指、食指捏住针柄末端,上下颤动针头,通过腕力,利用针柄的弹性敲击四白穴(瞳孔直下约一寸的凹陷中)、攒竹穴(面部眉头的凹陷处,眶上切迹当中)、丝竹空(在面部眉梢凹陷)、上明穴(在额部,眉弓中點,眶上缘下),膀胱经(从天柱到肾俞),叩刺时要准、稳,针尖要垂直叩刺在皮肤上,避免斜、钩、挑,以减少疼痛。初叩宜轻,可逐渐加重,皮肤出现潮红为度。④关闭电源,将电源开关回到“0”位。

2.4.2饮食护理:①患儿饮食宜清淡,少盐少油腻,不要吃辛辣的食物。平常还可以用一些杭白菊泡水喝,多食富含叶黄素的食物如蓝莓、橘子、胡萝卜、花菜等[7]。②保证每天蛋白质摄入量>80g,对控制近视有一定帮助,可多吃肉类、鱼、蛋、奶等。增加维生素A、B的摄入[8],如鸡蛋黄、胡萝卜、苋菜、菠菜、韭菜、橘子、杏子、柿子等。③平常多食用明目类食物,比如黑米、黑豆、黑芝麻、黑木耳、桑葚等,同时加强锻炼,避免熬夜。④糖类食物会大量消耗体内的维生素B,降低体内钙质,应避免食用。

2.4.3一般护理:①养成良好的用眼习惯,禁止卧床看书。使用电子产品单次时间≤30min,每30min进行闭眼或远眺,以缓解眼部疲劳。看书学习时注意光线充足,且强度适中。读写距离>30cm,长时间用眼后可远眺缓解疲劳。每次用眼时间≤45min,并指导患儿每天进行标准眼保健操2次。②加强体育锻炼,增强体质,每天保持户外活动2 h。③生活有规律,保证充足的睡眠时间,<12岁患儿每天保持10 h睡眠时间,≥12岁患儿应保持8~9 h睡眠时间。④定期检查视力,有异常情况,及时就医。

2.4.4情志护理:①做好家长的健康宣教,治疗的关键在于家庭环境的密切配合和监督[9]。②密切观察患儿的生理、心理情况,定期随访。③认真、耐心倾听患儿诉求,对其不良情绪予以引导。④鼓励、督促患儿积极配合治疗。

3　讨论

近视主要的症状是看远处事物模糊,儿童及青少年近视后症状会增多或加重。近视与遗传和近距离用眼有关,其中近距离用眼是近视发生发展的最危险因素,包括如在光线过强或过弱的地方阅读、写作,躺着、歪着看书,长时间用眼等[10]。《艺宗金鉴·眼心法诀》中记载:“近视,清远视,日照不足,阴侵”。中医五脏别论认为,肝主藏血,其在窍为目,然目因得血而能视,则久视必伤血,目失血所养,故引发本疾病。中医认为近视的主要病位在肝、肾,其病机主要为肝肾亏虚,为精血不

表1　近视程度分级程度

分级		视力表	散瞳验光
轻度近视		0.3-0.8	视50~300度之间(-3.00D≤SE<-0.50D)
中度近视		0.12-0.25	300~600度之间(-6.00D≤SE<-3.00D)
高度近视		<0.12	600度以上(SE<-6.00D)
治疗前	左	0.5	-2.50DS/-0.25DC×90°>1.0
	右	0.4	-2.00DS/-0.50DC×108°>1.0

足不上荣于目所导致。目前近视尚缺乏对症药物治疗,除手术外的其他技术治疗存在个体身体差异,并且效果不甚明显。1979 年世界卫生组织(WHO)指出针灸可有效治疗近视。梅花针也叫七星梅花针,是中医针灸的一种方法,外观上看像一把小锤子,在针柄的一端装了七个小针。叩刺是利用碗力将梅花针的针柄做上下有节奏的弹击,使七星针头平稳地落在皮肤上。叩刺在皮肤上并不会刺破皮肤,治疗完成时,局部皮肤仅会充血发红,患者会感到有轻微的刺痛感。该个案是应用电梅花针局部取穴治疗近视,辨证取穴,选取四白穴、攒竹穴、丝竹空、上明穴等,四白穴属足阳明胃经,可祛风明目,通过刺激四白穴可以疏通阳明经气血,使气血聚集于眼部,濡养眼部组织;攒竹穴是足太阳膀胱经的穴位,可治疗五官类疾病,具有祛风通络的功效;丝竹空本穴归于手少阳三焦经,是治疗眼部疾病的重要穴位,有疏散风热的作用;上明穴属于经外奇穴,其功效有清泻肝火,明目醒神,对保护眼睛有奇效。电梅花针通过刺激局部经络腧穴,可以促进眼部周围组织的血液循环,改善眼部肌肉疲劳和痉挛,起到调节人体的五脏六腑和调整气血功能的作用。电梅花针叩刺膀胱经可激发人体一身之阳气,使气血上行至目,目得以血的濡养而改善视力。此外,还有文献曾报道电梅花针刺激眼周穴位有使其神经细胞兴奋的作用[11]。

电梅花针治疗假性近视有明显疗效,刺激性强,针感明显,操作简便,安全、适用范围广,患者易接受,依从性较好。临床应用中将电梅花针与经络相结合,充分发挥中医整体理论、辨证论治的优势,对防治青少年假性近视临床疗效显著,值得推广。目前,电梅花针叩刺在治疗假性近视方面尚缺乏广泛适应性和有效性的研究,今后临床研究可以加大样本量,对远期疗效进行观察、统计和分析,为电梅花针治疗假性近视研究提供更科学的理论依据,更好地发挥其中医作用。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

[1] 李逸凡, 董力, 魏文斌. 维生素D与近视眼的关系及其机制的研究进展[J]. 中华眼科杂志, 2021, 57(6): 470-476.

[2] 陈梅, 王丽纯. 阿托品防治近视研究进展[J]. 医药论坛杂志, 2010, 31(3): 125-127.

[3] 薛维婳. 推拿结合复方托吡卡胺滴眼液治疗儿童假性近视的临床疗效观察[D]. 福州: 福建中医药大学, 2021.

[4] 吴桢泉, 赵秀娟, 陈士达, 等. 黄斑扣带术治疗高度近视眼牵拉性黄斑病变的疗效观察[J]. 中华眼科杂志, 2021(6): 433-439.

[5] 王富春. 刺法灸法学[M]. 上海: 上海科学技术出版公司, 2009.

[6] 国家卫生健康委办公厅. 国家卫生健康委办公厅印发《儿童青少年近视防控适宜技术指南》[EB/OL]. (2019-10-14)[2022-04-10]. http://www.nhc.gov.cn/jkj/s5898bm/201910/c475e0bd2de444379402f157523f03fe.shtml.

[7] 姚琨. 青少年近视的影响因素与防治方式探析[J]. 当代医学, 2021, 27(14): 119-120.

[8] 徐力. 青少年近视相关因素分析及护理干预[J]. 齐鲁护理杂志, 2013, 19(11): 31-33.

[9] YANG C H. Comprehensive nursing management for amblyopia in children[J]. NursIntegrTradit Chin West Med, 2017, 3(3): 54-56.

[10] 王富百慧, 冯强. 青少年近视与身体姿态异常的关系研究[J]. 中国青年研究, 2022(3): 80-88.

[11] 宋艳霞, 杨晓格, 赵敬聪, 等. 中医耳穴贴压对3~16岁近视儿童眼调节功能的改善作用[J]. 中国临床医生杂志, 2020, 48(5): 620-622.